

ÉTLAP

Gastro-Tom Bt.		Tejmentes		2026. szeptember 1 - 2026. október 2	
2026.09.07 Hétfő	2026.09.08 Kedd	2026.09.09 Szerda	2026.09.10 Csütörtök	2026.09.11 Péntek	
Paprikás szalámi, Tea-málnás, Teljes őrlésű kenyér¹, margarin E: 292kcal, E: 1 220KJ, Zsír: 13g, Tel. zsír.: 4g, Feh.: 6g, CH: 34g, Só: 1,3g, Ca: 23mg, Cuk.: 6g	Tea, Teljes őrlésű kenyér¹, Allergén mentes felvágott, margarin E: 276kcal, E: 1 154KJ, Zsír: 10g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 8g, CH: 34g, Só: 1,0g, Ca: 19mg, Cuk.: 6g	Padlizsánkrém DIÉTÁS, TEJMENTES, Tea- erdei gyümölcs, búza kenyér^{1,6} E: 216kcal, E: 290KJ, Zsír: 5g, Tel. zsír.: 1g, Feh.: 7g, CH: 37g, Só: 0,6g, Ca: 16mg, Cuk.: 1g	Zsemle¹, Pulyka felvágott, Lilahagyma, Tea, margarin E: 212kcal, E: 885KJ, Zsír: 9g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 8g, CH: 37g, Só: 0,8g, Ca: 30mg, Cuk.: 14g	Teljes őrlésű kenyér reggelihez, uzsonnához¹, Zöldáru paprika, margarin, Allergén mentes felvágott, margarin E: 327kcal, E: 1 367KJ, Zsír: 18g, Tel. zsír.: 4g, Feh.: 9g, CH: 29g, Só: 1,0g, Ca: 21mg, Cuk.: 0g	
Csirkeragu leves tej, tojás mentes⁹, Gyümölcs, Burgonyafőzelék DIÉTÁS, GM, TM, Gyrosos csirkecsíkok E: 590kcal, E: 2 472KJ, Zsír: 31g, Tel. zsír.: 4g, Feh.: 35g, CH: 39g, Só: 4,7g, Ca: 80mg, Cuk.: 10g	Kertészleves tészta nélkül, rizseshús pulykahúsból, Csemege uborka E: 363kcal, E: 1 519KJ, Zsír: 10g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 21g, CH: 47g, Só: 2,0g, Ca: 93mg, Cuk.: 8g	Zöldségkrémleves GM, TM, Gyümölcs, Pulykaragu DIÉTÁS, TEJMENTES, Köles E: 623kcal, E: 2 295KJ, Zsír: 15g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 28g, CH: 92g, Só: 4,6g, Ca: 229mg, Cuk.: 7g	Meggyleves GM, TM, Hagymás tört burgonya, Natúr csirkemell diétás, csalamádé E: 486kcal, E: 2 032KJ, Zsír: 17g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 26g, CH: 55g, Só: 99,1g, Ca: 65mg, Cuk.: 17g	Pulykagulyásleves³, TejberizS Diab, TM E: 311kcal, E: 1 299KJ, Zsír: 10g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 18g, CH: 37g, Só: 2,1g, Ca: 22mg, Cuk.: 0g	
Zsemle¹, Kigyo uborka, Allergén mentes felvágott, margarin E: 192kcal, E: 802KJ, Zsír: 10g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 9g, CH: 29g, Só: 0,5g, Ca: 13mg, Cuk.: 7g	Teljes kiőrlésű zsemle¹, Lőncs hús⁶, sárgarépa friss tisz., margarin E: 253kcal, E: 1 058KJ, Zsír: 13g, Tel. zsír.: 4g, Feh.: 6g, CH: 27g, Só: 0,6g, Ca: 9mg, Cuk.: 1g	Teljes őrlésű kenyér reggelihez, uzsonnához¹, Olasz felvágott⁶, margarin, paradicsom E: 358kcal, E: 1 497KJ, Zsír: 21g, Tel. zsír.: 7g, Feh.: 10g, CH: 29g, Só: 1,4g, Ca: 24mg, Cuk.: 0g	Teljes őrlésű kenyér¹, Allergén mentes felvágott, margarin E: 251kcal, E: 1 052KJ, Zsír: 10g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 8g, CH: 28g, Só: 1,0g, Ca: 19mg, Cuk.: 0g	Tönkölyös péksütemény E: 68kcal, E: 285KJ, Zsír: 3g, Tel. zsír.: g, Feh.: 3g, CH: 8g, Só: 0,0g, Ca: mg, Cuk.: g	

Allergének:

1. Glutén tartalmazo gaborta 2. Rákfelek és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Sojabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezám és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

Jó Étvágyat Kívánunk!

Diétás étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a diétás étlapról és allergénekről érdeklődjön a konyhai személyzetnél, vagy a 06 70 489 95 19-es számon! A szükség szerinti étlap változásáért előre is elnézésüket/kérjük, megértésüket köszönjük! Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (energia/kcal/adag), SZH (szénhidrát/adag), ZSÍR (zsírtartalom/g/adag), FEH (fehérjetermék/adag)